“महिलांच्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्याचे अध्ययन”

विशेष संदर्भ: नांदेड जिल्हा

स्वामी रामानंद तीर्थ मराठवाडा विद्यापीठ, नांदेड

आंतरविद्याशाखे अंतर्गत समाजकार्य विषयातील पीएच.डी (Ph,D) पदवी साठी सादर करावयाच्या शोधप्रबंधची रूपरेषा

संशोधक

कोमल संभाजीराव केंद्रे

एम. एस. डब्लू.

जवाहरलाल नेहरु समाज कार्य महाविद्यालय व संशोधन केंद्र, सिडको नवीन, नांदेड.

मार्गदर्शक

डॉ. मनीषा ए. मांजरमकर.

सहयोगी प्राध्यापक

जवाहरलाल नेहरु समाज कार्य महाविद्यालय व संशोधन केंद्र, सिडको नवीन, नांदेड.

संशोधन केंद्र

जवाहरलाल नेहरु समाज कार्य महाविद्यालय व संशोधन केंद्र, सिडको नवीन, नांदेड.

“महिलांच्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्याचे अध्ययन”

विशेष संदर्भ: नांदेड जिल्हा

❖ प्रस्तावना :-

मानसिक आणि शारीरिक आरोग्य मूलभूतपणे एकमेकांशी जोडले गेलेले आहे. मानसिक आरोग्य आणि दीर्घकालीन शारीरिक परिस्थिती यांच्यात अनेक संबंध आहेत जे लोकांच्या जीवनमानावर लक्षणीय परिणाम करतात. **वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनायझेशन (WHO)** परिभाषित करते कि, आरोग्य ही संपूर्ण शारीरिक, मानसिक आणि सामाजिक कल्याणाची स्थिती आहे ती केवळ रोग किंवा अशक्तपणा नाही. **WHO** म्हणते की "मानसिक आरोग्याशिवाय आरोग्य नाही."

मात्र आपण जर भारताचा विचार केला तर पुरुषांच्या तुलनेत महिलांच्या शारीरिक आणि मानसिक आरोग्यविषयक समस्या जास्त आहेत. लैंगिक आणि प्रजनन आरोग्य हि महिलांच्या शारीरिक आरोग्यविषयक समस्यांमध्ये एक महत्वाची समस्या आहे. यासोबतच मासिक पाळी आणि मासिक पाळीतील आरोग्यविषयक समस्या हि भारतातील खूप मोठी गंभीर समस्या आहे. महिलांच्या अनेक शारीरिक आरोग्यविषयक समस्या ह्या त्यांच्या मानसिक आरोग्याशी देखील निगडित आहेत व तसेच त्यांच्या शारीरिक आरोग्यविषयक समस्यांमुळे त्यांना मानसिक आरोग्याच्या समस्या देखील निर्माण होतात. जसे मासिक पाळी मुले भावनिक व मानसिक अस्थिरता राहणे. तसेच मानसिक अस्थिरतेमुळे मासिक पाळी नियमित न राहणे. ज्याला PCOD आणि PCOS असे म्हणतात.

जागतिक आरोग्य संघटनेचा अहवाल, 2001 नुसार नैराश्याच्या विकारांमुळे स्त्रियांमध्ये न्यूरोसायकियाट्रिक विकारांमुळे होणारे अपंगत्व सुमारे **41.9%** आहे, तर पुरुषांमध्ये **29.3%** आहे. नैराश्य, सेंद्रिय मेंदूचे सिंड्रोम आणि स्मृतिभ्रंश या वृद्धांच्या मानसिक आरोग्याच्या प्रमुख समस्या आहेत यात बहुसंख्य महिला आहेत. हिंसक संघर्ष, गृहयुद्ध यामुळे प्रभावित झालेल्या **50** दशलक्ष लोकांपैकी अंदाजे **80%** महिला आणि मुले आहेत.

गंभीर वैद्यकीय स्थिती असलेल्या सुमारे एक तृतीयांश लोकांमध्ये नैराश्याची लक्षणे दिसतात, जसे की मूड कमी होणे, झोपेची समस्या आणि क्रियाकलापांमध्ये रस कमी होणे. शिवाय, नैराश्य ही केवळ स्त्रियांची सर्वात सामान्य मानसिक आरोग्य समस्या नाही, परंतु पुरुषांपेक्षा स्त्रियांमध्ये ती अधिक कायम असू शकते. जरी पुरुष आणि

स्त्रियांमध्ये नैराश्याची लक्षणे सर्वसाधारणपणे एकंदरीत सारखीच आढळून आली असली तरी, स्त्रियांमध्ये भूक वाढणे आणि वजन वाढणे यासारखी असामान्य लक्षणे दिसून येतात. चिंताग्रस्त विकारांच्या बाबतीत, स्त्रियांमध्ये लक्षणांची तीव्रता जास्त असते, त्यांना अधिक वेळा कॉमोरबिड नैराश्य असतो.

अशा अनेक शारीरिक व मानसिक आरोग्यविषयक समस्यांचा अभ्यास या संशोधनाच्या माध्यमातून केला जाणार आहे ज्यामुळे महिलांच्या शारीरिक व मानसिक आरोग्यविषयक स्थिती, प्रश्न व त्याबाबत असलेल्या उपाययोजना याबाबत सकारात्मक विचार करून महिला व मुलींचे आरोग्य शारीरिक व मानसिक दृष्ट्या सुदृढ करता येईल.

- **व्याख्या**

WHO ची मानसिक आरोग्याची व्याख्या : WHO च्या म्हणण्यानुसार उत्तम मानसिक आरोग्य म्हणजे " जे व्यक्तीला स्वतःच्या क्षमतेची जाणीव करून देते, जीवनातील सामान्य ताणतणावांना तोंड देऊ शकते, उत्पादनक्षम आणि फलदायीपणे कार्य करू शकते, आणि एक आरोग्यदायी स्थिती बनवण्यास सक्षम असते. "

WHO ची शारीरिक आरोग्याची व्याख्या : WHO च्या म्हणण्यानुसार “आरोग्य ही संपूर्ण शारीरिक, मानसिक आणि सामाजिक कल्याणाची स्थिती आहे आणि केवळ रोग किंवा अशक्तपणाची अनुपस्थिती नाही.

❖ संबधित साहित्याचा आढावा

भारताच्या आरोग्य आणि कुटुंब कल्याण मंत्रालय अंतर्गत National Family Health Survey (NFHS -5) 2019-21 करण्यात आला. ज्यात एकूण ७ लाख कुटुंबांचे सर्वेक्षण करण्यात आले. एकूण ६७ मानकांच्या आधारे या सर्वेक्षणाचा निष्कर्ष काढण्यात आला आहे. त्या ६७ मानकांमध्ये प्रामुख्याने लोकसंख्या आणि घरगुती माहिती, विवाह आणि प्रजनन क्षमता, कुटुंब नियोजन, गर्भनिरोधकांचा वापर, माता आणि बाळाचे आरोग्य, गरोदर मातांची काळजी, लसीकरण, बालपणातील आजारांवर उपचार, पोषण आणि आहार पद्धती, अशक्तपणा (अनेमिया), मधुमेह, उच्च रक्तदाब आणि कर्करोग तपासणी आदी महत्वपूर्ण बाबींचा समावेश होता.

या अहवालातून असे समोर आले कि, १५ ते २४ वयोगातील महिला व मुलींपैकी ७७.६% महिला व मुलीच मासिक पाळी दरम्यान सुरक्षित आणि स्वच्छ मासिक पाळीतील संसाधनांचा वापर करतात. २४% महिला या कुपोषणाच्या स्थितीमध्ये आहेत. ५७% महिला व मुली किशोरवयीन अवस्थेत यायला लागल्या कि पुरेसा

सकस आहार, प्रोटीनची कमतरता आणि अशक्तपणामुळे अनेमिया ला बळी पडतात ज्याचा परिणाम त्या वयात तर होतंच असून अशा महिलांना गरोदर अवस्थेत अनेक आरोग्यविषयक समस्यांना सामोरे जावे लागते.

मानसिक आरोग्य सेवा कायदा, 2017, हा मानसिक आरोग्य रुग्णांसाठी सर्वात महत्त्वाचा आहे. त्याची मदत मानसिक आरोग्याला प्रोत्साहन देते आणि मानसिक विकार असलेल्या रुग्णाचा हक्क देखील देते आणि मानसिक आरोग्य सेवांबद्दल माहिती देते. या कायद्यात 16 प्रकरणांसह 126 कलमे आहेत.

कायद्याची उद्दिष्टे :-

1. मानसिक आरोग्याची काळजी आणि मानसिक आरोग्यासाठी सुविधा देणारा कायदा.
2. मानसिक समस्या असलेल्या मानवाच्या हक्कांचे जतन, प्रोत्साहन आणि पूर्तता करणे.
3.आरोग्य काळजी आणि सुविधा आणि त्यांच्याशी संबंधित कार्यक्रमांसाठी मदत करणे.

तसेच या कायद्या अंतर्गत मानसिक आरोग्यविषयक समस्या असलेल्या व्यक्तीला काही मूलभूत अधिकार देखील दिले आहेत, ते पुढीलप्रमाणे;

१. मानसिक आरोग्य सेवा मिळविण्याचा अधिकार (से. १८)
२. सामुदायिक राहण्याचा अधिकार (से. १९)
३. क्रूर, अमानुष आणि मानहानीकारक वागणुकीपासून संरक्षणाचे अधिकार (से. २०)
४. समानता आणि भेदभाव न करण्याचा अधिकार (से. २१)
५. माहितीचा अधिकार (से. २२)
६. मानसिक आरोग्याच्या गोपनीयतेचा अधिकार (से. २३)
७.मानसिक आजाराच्या संदर्भात माहिती जाहीर करण्यावर निर्बंध ठेवण्याचा अधिकार (से. 24)
८.वैद्यकीय नोंदी तपासण्याचा अधिकार (25)
९. वैयक्तिक संपर्क आणि संवादाचा अधिकार (से. २६)
१०. कायदेशीर मदतीचा अधिकार (से. २७)
११. सेवेच्या तरतुदीतील त्रुटींबद्दल तक्रारी करण्याचा अधिकार (से. 28)

महिलांच्या पुनरुत्पादक आरोग्यासंबंधी मानसिक आरोग्याचे पैलू या शीर्षकाखाली जागतिक आरोग्य संघटनेने (WHO) २००९ मध्ये साहित्याच्या जागतिक आढावा पुस्तकात प्रदर्शित केलेल्या अहवालात महिलांच्या मानसिक आरोग्याचा आणि महिलांच्या पुनरुत्पादन आरोग्याशी कसा संबंध आहे व तसेच मानसिक आणि पुनरुत्पादक शारीरिक आरोग्य कसं एकमेकांना पूरक आहे हे विस्तृतपणे मांडले आहे.

ज्यात मानसिक आरोग्य आणि माता मृत्यू (Mental health and maternal mortality), मानसिक आरोग्य आणि जन्मपूर्व आजार (Mental health and antenatal morbidity), मानसिक आरोग्य आणि प्रसूतीनंतरची विकृती (Mental health and postpartum morbidity), प्रसुतिपश्चात उदासीनतेसाठी जैविक जोखीम घटक (Biological risk factors for postpartum depression), गरोदर मातेचे मानसिक आरोग्य, अर्भक विकास आणि माता-शिशु नाते (Maternal mental health, infant development and the mother-infant Relationship), मानसिक आरोग्य आणि उत्स्फूर्त गर्भधारणेचे नुकसान (Mental health and spontaneous pregnancy loss), मानसिक आरोग्य आणि पेरीमेनोपॉझल कालावधी (Mental health and the perimenopausal period), वंध्यत्वाचे मानसिक कारण (Psychological causation of infertility) अशा महिलांच्या पुनरुत्पादक आरोग्यासंबंधी मानसिक आरोग्याच्या विविध पैलूंचे सखोल विश्लेषण करण्यात आले आहे.

महिलांमध्ये चिंता, भीती, रडणे, नैराश्य आणि स्वत:ला दोष देणे अशा उच्च भावना आढळतात. (अनबुमलार et.al.2017). ताणतणाव हा अकॅडेमिक होऊ शकतो. समवयस्क आणि कुटुंबातील सदस्यांशी खराब संबंध आणि एकूणच असंतोष आयुष्याशी सुद्धा संबंधित असू शकतो. प्रजनन समस्या प्रसूतीपूर्व काळजी, प्रसूती, प्रसूतीनंतरची काळजी, कुटुंब नियोजन, वंध्यत्व, असुरक्षित गर्भपात, एचआयव्हीसह लैंगिक संक्रमित संक्रमण, पुनरुत्पादक मुलूख संक्रमण, गर्भाशयाच्या मुखाचा कर्करोग आणि इतर स्त्रीरोगविषयक समस्या या बाबींशी जोडल्या जाऊ शकतात असे जागतिक आरोग्य संघटनेने यात नमूद केले आहे. भारतीय समाजात महिलांकडे विशेषत: विवाहित महिलांकडे पाहण्याचा दृष्टिकोन आणि कुटुंबातील त्यांची भूमिका आजही कुटुंबाची काळजी घेण्यासारखीच राहिली आहे. आणि मुले ही त्यांची प्राथमिक जबाबदारी मानली जाते (बालाजी, 2014). महिलांना मानसिक त्रास जास्त होतो. त्यामध्ये सर्वात सामान्य विकार म्हणजे तणाव, चिंता आणि नैराश्य आहे (बेबिन आणि बोल्स 1998, नुरुल्ला, 2010). जगातील मोठ्या संख्येने, कदाचित निम्म्याहून अधिक लोकांना आरोग्य सेवा उपलब्ध नाही. सर्व, आणि उर्वरित अनेकांसाठी, त्यांना मिळणारी काळजी त्यांच्या समस्यांना उत्तर देत नाही." देशांतर्गत आणि देशांमधील श्रीमंत आणि गरीब यांच्यातील आरोग्याची दरी कमी करून शेवटी ती दूर केली जावी, या नव्या प्रबोधनाने जागतिक विवेक ढवळून निघाला. K.Park.Textbook of (Preventive and social medicine)

❖ संशोधन विषय

महिलांच्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्याचे अध्ययन”

विशेष संदर्भ: नांदेड जिल्हा

❖ संशोधन विषयाचे महत्व

प्रस्तुत संशोधन हे नांदेड जिल्ह्यातील महिलांचे मानसिक आणि शारीरिक आरोग्य या विषयावर विश्लेषणात्मक अभ्यास करणारे आहे. महिलांच्या फक्त शारीरिक आरोग्यालाच नव्हे तर मानसिक आरोग्याला सुद्धा तेवढेच महत्व देणे गरजेचे आहे. कोणत्याही व्यक्तीचे चांगले आरोग्य हे त्या व्यक्तीच्या दैनंदिन जीवनशैलीवरही मोठ्या प्रमाणात बदल घडवून आणते. महिलांच्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्य यांचा एकमेकांशी खूप जवळचा परस्परसंबंध आहे. तसेच या आरोग्य विषयक समस्यांचा महिलांच्या एकूणच वयक्तिक,आर्थिक तसेच सामाजिक जीवनावर कशापद्धतीने परिणाम होतो आणि त्याच बरोबर त्यावरील उपाययोजनांचे सविस्तर अध्ययन या विषय अंतर्गत करण्यात येणार आहे. त्या सोबतच महिलांच्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्यविषयक स्थितीचा, त्यावरील प्रश्नांचा आणि तसेच सकारत्मक उपाययोजनांचा सुद्धा अभ्यास या विषय अंतर्गत करावयाचा आहे. जेणेकरून सर्वसामान्य महिला असो किंवा सुसज्ज, तिचे आरोग्य हे सुधृढ करता येईल.

❖ संशोधनाची उदिष्टे

1. नांदेड जिल्ह्यातील १८-३५ वयोगटातील महिला व मुलींच्या शारीरिक आरोग्यविषयक परिस्थितीचे अध्ययन करणे.
2. नांदेड जिल्ह्यातील महिलांना निर्माण होणाऱ्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्यविषया अंतर्गत येणाऱ्या समस्यांचे अध्ययन करणे.
3. नांदेड जिल्ह्यातील महिलांना निर्माण होणाऱ्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्यविषयक प्रश्नांमागील कारणांचे अध्ययन करणे.

4. महिलांच्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्यविषयक निर्माण होणाऱ्या प्रश्नांच्या उपाययोजनेबाबत अध्ययन करणे.
5. कौटुंबिक, स्थानिक आणि प्रादेशिक स्तरावर महिलांच्या आरोग्यविषयक असलेल्या गरजा तपासणे.

❖ संशोधन प्रश्न

कोणत्याही विषयाचा अभ्यास करावयाचा असल्यास संशोधकाला प्रथम त्या विषयासंबंधी पूर्वज्ञान किंवा अनुभव असायला हवा. प्रारंभिक ज्ञानाच्या आधारे संशोधक जेव्हा आपल्या विषयासंबंधी कोणतेही सामान्य अनुमान अथवा सिध्दांत मांडतो, त्यालाच गृहितके म्हणतात. प्रत्येक संशोधन कार्य पूर्ण करिण्याकरिता महत्वाच्या असलेल्या पायऱ्यांपैकी एक पायरी आहे.

त्याचप्रमाणे प्रस्तुत संशोधना करिता खालील गृहित कांचा वापर करण्यात येणार आहे.

1) १८ ते ३५ वयोगटातील महिला व मुलींमध्ये हार्मोन्सच्या बदलांमुळे शारीरिक व मानसिक बदल होतात.
2) लोहयुक्त आणि प्रोटीनयुक्त (प्रथिने) आहार महिला व मुलींना पुरेसा मिळत नसल्यामुळे त्याच्या आरोग्यविषयक समस्या जास्त निर्माण होत आहेत.
3) प्रत्येक महिलेची वैयक्तिक, कौटुंबिक, आर्थिक व सामाजिक स्थिती हि वेगवेगळी आहे.
4) समाजात महिलांच्या शारीरिक व मानसिक आरोग्यविषयक सुविधांची स्थिती दुय्यम व निमन दर्जाची आहे.
5) महिलांच्या मानसिक समस्यांकडे समाजाचा पाहण्याचा दृष्टिकोन हा प्राधान्याचा नाही.
6) समाजात महिलाच्या मानसिक समस्यांमागे असलेल्या विविध करणाबाबत जागरूकता नाही.

❖ संशोधनाच्या व्याख्या

- **एफ. एन करलिंगर यांच्या मते :**

"वैज्ञानिक संशोधन हे व्यवस्थीत, नियंत्रित आणि अनुभवजन्य असते आणि त्याद्वारे नैसर्गिक संभवनीय संबंधाच्या कृत्याचे परीक्षण केल्या जाते."

- **सी. ए. मोझर यांच्या मते :**

"संशोधन म्हणजे सामाजिक घटना व सामाजिक समस्यांच्या बाबतीत नवीन ज्ञान प्राप्त करून घेण्याच्या उद्देशाने केलेले क्रमवद्ध प्रयत्न होय."

❖ समाजकार्य संशोधन पद्धती

प्रस्तुत संशोधन अभ्यासाच्या उद्देशानुसार प्राथमिक आणि द्वितीय तथ्थ्यांचा (साधनांचा) वापर असल्यामुळे संशोधनात दोन्ही साधनांचा वापर करण्यात येणार असून त्यात तथ्य संकलन, आशय विश्लेषण, सर्वेक्षण आहे. प्राथमिक साधनांचा संकलनासाठी मुलाखत,अनुसूची, प्रत्यक्ष निरीक्षण इत्यादीचा वापर करून संशोधनासाठी आवश्यक ती माहिती मिळवली जाईल. प्रस्तुत संशोधन कार्यासाठी संशोधकाने संशोधन आराखडा हा वर्णनात्मक विश्लेषणात्मक स्वरूपाचा असल्यामुळे सामाजिक सर्वेक्षण पद्धतीचा वापर करण्यात येणार आहे. तसेच संख्यात्मक व गुणात्मक संशोधनाची मिश्र पद्धत वापरण्यात येणार आहे. प्रस्तुत संशोधन पध्दतीचे स्वरुप संख्यात्मक तसेच विश्लेषणात्मक व चिकित्सक पध्दतीचे राहील.

❖ संशोधनाचा आराखडा

प्रस्तुत संशोधनविषयी असभ्यस करण्यासाठी अन्वेशणात्मक संशोधन पद्धतीचा वापर करण्यात येणार आहे. कारण हा विषय सामाजिक विद्याशाखेतून संशोधित केला जाणार आहे व संशोधन प्रश्नाच्या अनुषंगाने अभ्यास केला जाणार आहे.म्हणून शास्त्रशुद्ध संशोधनासाठी अनेक संशोधन पद्धतीपैकी वणाानात्मक व अन्वेशणात्मक संशोधन आराखड्याचा वापर करण्यात येणार आहे.

❖ नमुना निवड पद्धती

संशोधनात काही निश्चित वैशिष्ट्ये असणाऱ्या ज्या सर्व वस्तू, व्यक्ती, घटना व प्रतिक्रिया तत्त्वतः समाविष्ट होतात. अशा समष्टीचेच संख्याशास्त्रीय नाव हे 'विश्व' किंवा 'समग्र' हे आहे आणि विश्वातील एका घटकास किंवा सदस्यास 'व्यष्टी' किंवा 'एकक' (Unit) म्हणतात.विश्व किंवा समग्रातील फक्त काही प्रातिनीधिक एककाची निवड करणे म्हणजे नमुना निवड होय.

नांदेड जिल्ह्यामध्ये एकूण १६ तालुके समाविष्ट होतात. नांदेड जिल्ह्यातील भोकर, बिलोली, धर्माबाद, देगलूर, हदगाव, हिमायतनगर, कंधार, किनवट, लोहा, माहूर, मुदखेड, मुखेड, नायगाव, अर्धापूर, नांदेड, उमरी हे १६ तालुके मुख्यतः हे या वरील संशोधन विषयाचे विश्व असेल. नांदेड जिल्ह्यातील महिलांच्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्याचा अभ्यास करण्यासाठी उद्देष्यपूर्ण नमुना निवड पध्दतीचा वापर केला जाईल. एकंदरीत १६ तालुक्यातून महिलांच्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्याचा अभ्यास करण्यासाठी उद्देष्यपूर्ण नमुना निवड पध्दतीचा वापर करुन ३20 व्यक्तींची निवड करण्यात येईल. तसेच 10 व्यक्तीचे व्याष्ठी अध्ययन करायचे आहे.

- **तथ्य संकलन पद्धत**

प्रस्ततु विषयी संशोधन करताना संशोधनाच्या प्राथमिक व दुय्यम अशा दोन्ही तथ्य संकलन पद्धतीचा उपयोग करण्यात येणार आहे.

अ) प्राथमिक माहितीचे स्त्रोत

प्रस्ततु संशोधनविषयी संशोधन करण्यासाठी मुलाखत अनुसूची व निरीक्षण या तंत्र साधनांचा वापर केला जाणार असनू यात नांदेड जिल्ह्यातील १८-३५ वयोगट असलेल्या महिला व मुलींच्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्यविषयक स्थिती, आरोग्यविषयक प्रश्न, आरोग्यविषयक समस्या व तसेच त्यावरील उपाययोजनांची माहिती प्राप्त केली जाणार आहे. व्यष्टी अध्ययन करण्याकरीता प्रत्यक्ष मुलाखत अनुसूची चा वापर करून माहिती जमा करण्यात येणार आहे. तसेच प्राथमिक पद्धतीची दुसरी महत्वाची पध्दत म्हणजे निरक्षण चर्चा द्वारे माहिती संकलित केली जाणार आहे.

ब) द्वितीय माहितीचे स्त्रोत

प्रस्तुत संशोधनामध्ये प्राथमिक पध्दतीबरोबर विषयासंबंधी अधिक माहिती संकलित करण्यासाठी संबंधित विभागाचे मागील ५ वर्षांपासूनची संकलित माहिती, मासिक अहवाल, लेख, ठराव, पुस्तक, इंटरनेट, वृत्तपत्र, मासिके, साप्ताहिक व संदर्भ ग्रंथ इत्यादी, दुय्यम सामग्रीच्या साहय्याने माहिती प्राप्त करण्यात येणार आहे.

❖ **तथ्यांचे विश्लेषण**

प्रस्तुत संशोधनात प्राथमिक साधनांच्या साह्याने मिळवलेली माहिती विखुरलेली असल्याने तसेच त्या माहितीचे विश्लेषण करण्यासाठी करण्यासाठी विविध सांख्यिकीय तंत्राचा वापर करण्यात येईल. संग्रहित माहितीवर प्रक्रिया करण्यासाठी वर्गीकरण, सारणीकरण, कोडबकु, मास्टर चार्टचा वापर करण्यात येईल. तसेच संगणकाच्या एस.पी.एस.एस (SPSS)प्रणालीचा मदत घेऊनही तथ्य विश्लेषण करण्यात येईल.

❖ संशोधनाच्या मर्यादा

- प्रस्ततु संशोधन हे नांदेड जिल्ह्यापुरतेच मर्यादित आहे.
- या जिल्ह्यातील महिलांच्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्याचा अभ्यास याच अनुषंगाने प्रामुख्याने अध्ययन करण्यात येणार आहे.
- संशोधन हे १८ ते ३५ या वयोगटातील महिला व मुलींपुरतेच मर्यदित आहे.
- महिलांच्या शारीरिक आरोग्यासंदर्भात अनेक समस्या आहेत मात्र या संशोधनात महिलांच्या लैंगिक व पुनरुत्पादन विषयक (Sexual and Reproductive health) समस्यांचेच अध्ययन केले जाणार आहे.

❖ संशोधन अभ्यास क्षेत्र

संशोधन अभ्यास हे पूर्ण नांदेड जिल्ह्यात केला जाईल. नांदेड जिल्ह्यात १६ तालुके समाविष्ट होतात. त्यामुळे हे १६ तालुके मुख्यतः या संशोधन विषयाचे विश्व असेल.

❖ प्रकरण नियोजन :

प्रस्तुत संशोधनाचे मुख्य पैलू व वैशिष्ट्ये विचारात घेता प्रस्तुत संशोधन एकूण ६ प्रकरणात विभागण्यात येणार आहे. संशोधन आराखड्याच्या आकलनासाठी त्यातील त्यातील आशयाचे प्रकरण निहाय संक्षिप्त विवेचन खालील प्रमाणे मांडण्यात आले आहे.

प्रकरण पहिले – प्रस्तावना

प्रकरण दुसरे - संदर्भ साहित्यांचा आढावा

प्रकरण तिसरे - संशोधन पद्धती

प्रकरण चौथे - तथ्य संकलन आणि विश्लेषण

प्रकरण पाचवे - महिलांच्या मानसिक व शारीरिक आरोग्यविषयक समस्या, स्थिती व कारणांचे अध्ययन

प्रकरण सहावे - निष्कर्ष व सूचना

❖ संदर्भ सूची

• Park's Textbook of Preventive and Social Medicine, 26th Edition – M/s Banarsidas Bhanot Publishers- 2021

• 11th And 12th Phycological book of Maharashtra state Bureau Of Textbook Production And curriculum Research Pune. Page no,9.

• Pavitra Shivangi, 2022, Mental Health of women Students in Higher Education a Social Work Study In Vijayapura District Of Karnataka.

• Siddiqui Yasmeen Fatima,2016, A Study of Emotional States And Life Satisfaction Among Working And Non Working Women

• Anbumalar C, Dorathy A P, Jaswanti V P, Priya D & Reniangelin D (2017). Gender Differences in Perceived Stress levels and Coping Strategies among College Students. International Journal of Indian Psychology, Vol. 4, (4), DIP:18.01.103/20170404, DOI:10.25215/0404.103.

• Balaji R, (2014) "Work Life Balance of Women Employees", International Journal of Innovative Research in Science, Engineering and Technology, Vol3, Issue 10, October 2014, ISSN 2319-8753.

• Babin, B, J. & Boles J, S. (1998). Employee Behavior in service environment: A model and test of potential differences between men and women. Journal of Marketing. April Vol. 62(2): 77-91.

• National Family Health Survey (NFHS-5), 2019-21 for India

https://main.mohfw.gov.in/sites/default/files/NFHS-5_Phase-II_0.pdf

• The Mental Healthcare Act 2017
https://www.indiacode.nic.in/handle/123456789/2249

• Mental health aspects of women's reproductive health
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43846/9789241563567_eng.pdf;

❖ संकेत स्थळ

http://shodhganga.infilbnet.ac.in

www.wikipedia.org .

https://opensiuc.lib.siu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=103 7&context=ebl

संशोधक विद्यार्थी

कोमल संभाजीराव केंद्रे

मार्गदर्शक

डॉ. मनीषा ए. मांजरमकर.

सहयोगी प्राध्यापक

जवाहरलाल नेहरु समाजकार्य महाविद्यालय

व संशोधन केंद्र, सिडको, नवीन नांदेड.